

# **PLECTRANTHUS AMBOINICUS**

*Specie tropicale di interesse  
medicinale, alimentare e ornamentale*

*Particolare delle foglie di Plectranthus amboinicus*

*Pianta utilizzata per la cura di vari disturbi nelle medicine tradizionali dei paesi tropicali, in particolare tosse e mal di gola, Plectranthus amboinicus dimostra un buon adattamento al clima mediterraneo, che ne favorisce una rapida crescita, e rappresenta così una interessante e potenziale nuova coltura per l'utilizzo in ambito salutistico e alimentare.*

\***Andrea Pardini**

**P***lectranthus amboinicus* è una specie erbacea a foglie larghe e molto aromatiche, originaria dell'Africa meridionale e oggi molto diffusa ai tropici dove viene comunemente usata come specie alimentare e medicinale.

Le sue foglie crude e tritate sono utilizzate per aromatizzare vari cibi. L'olio aromatizzato ottenuto con la cottura delle foglie viene usato per la cura sintomatica di tosse, mal di gola e varie infiammazioni superficiali o interne. Vari altri effetti curativi sono già documentati scientificamente.

La specie si può adattare in aree mediterranee miti o anche in aree temperate con necessità di riparo invernale. La sua propagazione è semplice, la sua rapidità di crescita notevole in estate, ha un buon valore ornamentale, pertanto potrebbe essere considerata per la diffusione anche in Italia in aree marcatamente mediterranee e come pianta da appartamento in aree temperate.

### Introduzione

La specie *Plectranthus amboinicus* Lour. appartiene alla famiglia delle *Lamiaceae* ed è conosciuta anche come *Plectranthus aromaticus* o con il precedente nome del genere *Coleus* (*C. aromaticus* e *C. amboinicus*). È una pianta erbacea perenne, succulenta e con foglie fortemente aromatiche. Le foglie sono cuoriformi con margini dentati. *Plectranthus amboinicus* è molto diffuso nei Paesi tropicali tanto da avere numerosi nomi locali (tabella 1). L'elevato numero di nomi volgari con i quali questa specie è conosciuta, testimonia l'ampio uso

Paese	Nome volgare
Barbados	Broad leaf thyme
Cambogia	Sak dam ray
Cina	Da shou xiang
Cuba	Oregano, Orégano de Cartagena
Fiji	Rhaivoki, Sage
Guyana	Thick leaf thyme, Broad leaf thyme
India	Indian Borage, Pashan bhedi, Karpooravalli, Patharchur
Indonesia	Torbangun, Daun kutjing
Malesia	Daun bangun-bangun, Pokok bangun-bangun
Filippine	Latai, Suganda, Oregano
Messico	Oregano de Mexico
Porto Rico	Orégano brujo, orégano de Cuba, Mexican thyme, Mexican mint
Sud Africa	Sup mint, French thyme, Indian mint, Spanish thyme
Tailandia	Hom duan huu suea, Niam huu suea
Vietnam	Can day la

Tabella 1 – Vari nomi volgari utilizzati per *Plectranthus amboinicus* in alcuni Paesi tropicali (modificato da Arumugam et Al., 2016).

tradizionale che ne viene fatto, favorito dal buon odore delle foglie simile a quello dell'origano, che in alcune cultivar è stato variato verso l'incenso.

È una pianta a larghe foglie verdi e carnose ed è capace di produrre lunghe ramificazioni ricadenti. Le parti vecchie della pianta tendono a lignificare.

Raggiunge i 30-80 cm di altezza con steli lunghi anche 150-200 cm orizzontali o ricadenti. La notevole fogliosità rende la pianta una piacevole ornamentale anche per interni (figura 1).

Come specie alimentare si usano le foglie che danno un eccellente aroma per paste o risotti, carni e pollame.

### Usi medicinali e connessi

*P. amboinicus* è soprattutto una pianta medicinale con vari effetti documentati (Lukhoba et Al., 2006). Nelle medicine tradizionali locali le foglie vengono usate per trattare tosse, mal di gola, congestione nasale, febbre, infezioni varie, reumatismi, artriti e gas intestinali. In Indonesia viene aggiunta in minestre per stimolare la lattazione. In Brasile è molto utilizzata contro asma, micosi superficiali, tosse, raffreddore e infezioni del sistema digestivo (Morais et Al., 2005; Nogueira

et Al., 2008) e urogenitale dove sembra svolgere anche funzioni diuretiche (Jose et Al., 2005; Patel et Al., 2010). In letteratura sono indicate le sue proprietà antifungine e antibatteriche (Murthy et Al., 2009; Manjamalai et

Figura 1. Pianta di *Plectranthus amboinicus* allevata in vaso (foto Pardini).





Foto di Acer Hwang

Fiore di *P. amboinicus*



Foto di Forest and Kim Starr

*P. amboinicus* è soprattutto una pianta medicinale con vari effetti documentati

AL., 2012). La specie viene adesso studiata per le sue proprietà antitumorali (Gurgel et AL., 2009; Ramalakshmi et AL., 2014).

Gli studi fitochimici relativi a *P. amboinicus* hanno rivelato una notevole varietà di composti utili inclusi monoterpeni e sesquiterpeni, diterpeni (Abdel-Mogib et AL., 2002), eugenolo, metil-chavicol,  $\beta$ -cariofillene,  $\rho$ -cimene,  $\alpha$ -humulene,  $\gamma$ -terpinene, 1.8-cineolo (Shubha e Bhatt, 2015), limonene, linalolo, mircene, timolo (Baslas e Kumar, 1981), fenoli (Brieskorn e Riedel, 1977) e alcoli (Prudent et AL., 1995). In alcuni studi il carvacrolo si è dimostrato il composto maggiormente presente con percentuali che in casi puntuali hanno raggiunto anche il 40-90% (Joshi et AL., 2011). Una lista di prodotti volatili contenuti in *Plectranthus amboinicus* è stata fatta da Arumugam et AL. (2016), che hanno elencato 65 sostanze del tipo affermando comunque che la lista non è completa. Il piacevole aroma delle foglie rende la pianta interessante anche ai fini cosmetici, le sue foglie vengono tradizionalmente strofinate sulla pelle o sui capelli per il buon odore (Morton, 1992) e il suo olio essenziale viene utilizzato in centri di benessere e SPA per favorire la sensazione di benessere.

### Conclusioni

Per la varietà di sostanze utili contenute e che in parte sono ancora probabilmente da scoprire, *P. amboinicus* viene oggi proposto come nuova specie per coltivazioni specializzate, da coltivare in purezza o in consociazione, come fonte di possibili nuove industrie connesse ai settori farmaceutico e alimentare. Al tempo stesso la specie viene tradizionalmente coltivata in piccoli orti familiari o in balconi, soprattutto in Paesi in via di sviluppo dove i prodotti disponibili nelle farmacie sono spesso

limitati e a prezzi non sempre raggiungibili dalla popolazione povera (Lorimer *et Al.*, 2009). Tenuto conto della adattabilità climatica ove esista riparo invernale, è ragionevole suggerirne la coltivazione in vaso anche in Italia per usi misti medicinali, alimentari e ornamentali.

**\* UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI FIRENZE**  
**Dipartimento di Scienze Produzioni**  
**Agroalimentari e dell'Ambiente**  
**(DISPAA)**

## Bibliografia

- Abdel-Mogib M., Albar H.A., Batterjee S.M., 2002. Chemistry of the genus *Plectranthus*. *Molecules* 7, 271-301.
- Arumugam G., Swamy M.K., Sinniah U.R., 2016. *Plectranthus amboinicus* (Lour.) Spreng: Botanical, Phytochemical, pharmacological and Nutritional Significance. *Molecules*, 21, 369-395.
- Baslas R.K., Kumar P., 1981. Chemical examination of essential oil of *Coleus aromaticus* Benth. *Journal of Indian Chemistry Society* 58, 103-104.
- Brieskorn C.H., Riedel W., 1977. Flavonoids from *Coleus amboinicus*. *Planta Medica*, 31, 308-310.
- Gurgel A.P., da Silva J.G., Grangiero A.R., Oliveira D.C., Lima M.P., Silva A.C., Oliveira A.G., Souza I.A., 2009. *In vivo* study of the anti-inflammatory and anti-tumor activities of leaves from *Plectranthus amboinicus* (Lour.) Spreng (Lamiaceae). *J. Ethnopharmacol.*, 125, 361-363.
- Jose A.M., Ibrahim, Janardhanan S., 2005. Modulatory effect of *Plectranthus amboinicus* Lour. on ethylene glycol-induced nephrolithiasis in rats. *Indian J. Pharmacol.*, 37, 43-44.
- Joshi R.K., Badakar V., Kholkute S.D., 2011. Carvacrol rich essential oils of *Coleus aromaticus* (Benth.) from Western Ghats region of North West Karnataka, India. *Adv. Environ. Biol.*, 5, 1307-1310.
- Lukhoba C.W., Simmonds M.S.J., Paton A.J., 2006. *Plectranthus*: a review of ethnobotanical uses. *J. Ethnopharmacol.*, 103, 1-24.
- Lorimer M., Kanku J.P., Signorini M.A., Pardini A., 2009. *Plectranthus amboinicus* : an ornamental plant of medical and food interest. *ASAT Sci-Tec vol. 1* - <http://asatropical.wixsite.com/asatropicalagric/articoli-pubblicati/>, accesso 8 Nov 2017
- Morais S.M., Dantas J., da Silva A.R.A., Magalhães E.F., 2005. Ethno-medicinal plants of Tapeba Indians from the State of Ceará- Brazil. *Rev. Bras. Farmacogn.*, 15, 169-77.
- Manjamalai A., Alexander T., Grace V.M., 2012. Bioactive evaluation of the essential oil of *Plectranthus amboinicus* by GC-MS analysis and its role as a drug for microbial infections and inflammation. *Int. J. Pharm Pharm Sci*, 4, 205-211.
- Morton J.F., 1992. Country borage (*Coleus amboinicus* Lour.): a potent flavoring and medicinal plant. *J. Herbs Spices Med. Plants*, 1, 77-90.
- Murthy P.S., Ramalakshmi K., Srinivas P., 2009. Fungitoxic activity of Indian borage (*Plectranthus amboinicus*) volatiles. *Food Chem.*, 114, 1014-1028.
- Nogueira J.C.R., Diniz M.F.M., Lima E.O., 2008. *In vitro* antimicrobial activity of plants in Acute Otitis Externa. *Bras. J. Otorhinolaryngol.*, 74, 118-24.
- Patel R., Mahobia N.K., Gendle R., Kausshik B., Singh S.K., 2010. Diuretic activity of leaves of *Plectranthus amboinicus* (Lour) Spreng in male albino rats. *Pharmacogn. Res.*, 2, 86-88.
- Prudent D., Perineau F., Bessiere J.M., Michel G.M., Baccou J.C., 1995. Analysis of the essential oil of wild oregano from Martinique (*Coleus aromaticus* Benth.): evaluation of its bacteriostatic and fungistatic properties. *Journal of Essential Oil Research* 7, 165-173.
- Queiroz Lopes P., Bernardo Carneiro F., Braz Letícia de Sousa A., Golziodo Santos S., Eleamen Oliveira E., Lira Soares L.A., 2017. Technological evaluation of

**biokyma**

**Benessere e bellezza**  
 olio vegetale puro, naturale,  
 spremuto a freddo da semi  
 di Cumino nero (*Nigella*)

Laboratori Biokyma srl - Anghiari - Toscana  
 +39 0575 749989 - [www.biokyma.com](http://www.biokyma.com)

emulsions containing the volatile oil from leaves of *Plectranthus Amboinicus* Lour. *Pharmacognosy magazine*, 13, 159-167.

Ramalakshmi P., Subramanian N., Sarava-

nan R., Mohanakrishnan H., Muthu M., 2014. Anticancer effect of *Coleus amboinicus* (Karpooravalli) on human lung cancer cell line (A549). *Int. J. Dev. Res.*, 4, 2442-2449.

Shubha J., Bhatt P., 2015. *Plectranthus amboinicus* leaves stimulate growth of probiotic *L. plantarum*: evidence for ethnobotanical use in diarrhea. *J. Ethnopharmacol.*, 166,220-227.

## PLECTRANTHUS AMBOINICUS

### Scheda Tecnica

**P**ianta erbacea tropicale, perenne, ramificata. Foglie carnose, ovali ma con apice appuntito, a margini dentati, lunghe 4-10 cm e larghe 3-8, piuttosto carnose, villose (vedi foto). Steli carnosi, villosi, tendenti a lignificare dando origine a piante alte 40-80 cm, mentre i più lunghi sono striscianti e capaci di radicare dai nodi. Infiorescenza composta da numerosi piccoli fiori da bianco a lievemente blu o viola, con corolla bilabiata lunga 0,5-1,2 cm. Il frutto è una achenio di colore marrone-chiaro. Si riproduce per seme ma non sempre produce fiori e non sempre questi danno origine a semi fertili, per cui viene comunemente moltiplicata per talee. Originaria dell'Africa meridionale, nota in etnobotanica in tutto il mondo tropicale. Nella pianta sono stati individuati molti composti con proprietà batteriostatiche, fungicide, antivirali, antinfiammatorie.



#### Parte utilizzata

Foglie fresche o trattate in vari modi. Negli usi tradizionali di vari Paesi, le foglie macinate sono usate per preparare salse verdi con altri ingredienti quali aglio o pinoli, formaggio. A scopo medicinale sono utilizzate per fare impacchi su parti doloranti o anche fatte assorbire in creme dermiche per fare massaggi. Dalle foglie fresche immerse varie ore in olio molto caldo si ottiene un olio aromatizzato che può essere usato sia per condire cibi che per ridurre infiammazioni esterne, in questo caso somministrato in gocce. Nei Paesi caraibici e dell'Asia tropicale viene utilizzata per fare salse e zuppe, teoricamente anche insalate, ma le sue foglie villose non sono molto gradite fresche. Vengono anche fritte come sostituto della salvia o dei fiori di zucca.

Le foglie vengono infuse per fare tisane utili per infiammazioni del tratto digerente.

#### Proprietà

Antisettico, antinfiammatorio, antifungino, battericida.

#### Impiego fitoterapico

Prevalentemente su epidermidi esterne di tutto il corpo, per esempio palpebre arrossate (blefariti), escoriazioni superficiali. Possibile usarlo anche in alcune parti interne facilmente raggiungibili come cavità nasale (riduce le riniti infiammatorie, sinusiti; utile nei primi stadi dei raffreddori), oppure orecchio interno (usato per curare labirintiti e otiti in fase lieve), oppure gengive e gola (riduce lo stato infiammatorio). Le tisane vengono utilizzate per infezioni del sistema digerente e urogenitale. Comunque utile negli stati iniziali, prima dell'esplosione dei sintomi. Le foglie utilizzate per fumenti hanno proprietà benefiche anche per i bronchi.

#### Modalità di impiego

Impacchi di foglie fresche intere o tritate, oli aromatizzati, tisane.

Le foglie si raccolgono in estate; il momento della raccolta può essere individuato empiricamente strusciando le foglie da raccogliere quando il profumo è più forte.

È sempre conveniente utilizzare foglie fresche; nonostante alcune prove effettuate con foglie congelate oppure essiccate, queste risultano molto meno efficaci del prodotto fresco.

L'olio aromatizzato viene ottenuto immergendo le foglie in olio molto caldo, non bollente. L'olio aromatizzato può essere conservato per vari mesi.

#### Coltivazione

La pianta necessita collocazione ben illuminata, anche con sole diretto, tuttavia una forte luce diffusa è preferibile e fa crescere le foglie con dimensioni molto maggiori che in pieno sole. Preferisce terreno leggero e ben drenante, non tollera ristagno idrico. Viene uccisa da temperature prossime allo zero per cui necessita di localizzazioni calde anche in inverno oppure riparo in serra durante la stagione fredda; di fatto la pianta è pochissimo conosciuta fuori dall'areale

tropicale e subtropicale nonostante la recente diffusione di alcune varietà ornamentali. Non necessita molta acqua e tollera bene una lieve siccità, tuttavia la sua crescita è molto maggiore se regolarmente innaffiata. In aree a clima marcatamente mediterraneo dove le temperature non scendano mai vicine allo zero, può essere allevata all'aperto. Alle latitudini temperate è invece una simpatica pianta ornamentale da appartamento, adatta per allevamento in vaso con 20-40 cm di diametro.

### Moltiplicazione

*Plectranthus amboinicus* non sempre produce fiori e questi a loro volta non sempre producono semi fertili. Viene propagata facilmente mediante talee di ramoscelli ancora verdi con diametro di circa 8-10 mm. Ogni talea dovrebbe essere lunga 10-15 cm e avere almeno una coppia di foglie. Se clima e suolo sono ideali è possibile propagarla anche con tralci molto corti aventi soltanto due foglie o parti di foglie.

La sua crescita si ferma nella stagione fredda, riprende in primavera, ed è assai rapida in estate quando, se ben ir-

rigata, può produrre tralci di 100-120 cm in pochi giorni. Questa facilità di propagazione è utile alla sua diffusione. Durante la stagione fredda la pianta necessita riparo caldo e soleggiato, in mancanza di sole i rametti vanno incontro a marciumi, soprattutto quelli ancora verdi. Gli steli più vecchi e già lignificati sono più resistenti al freddo e in certi casi di riparo insufficiente sono gli unici che superano la stagione fredda, ma purtroppo producono molto poco nella stagione successiva.

Dopo la stasi vegetativa invernale, è preferibile fare nuove talee da rametti verdi piuttosto che aspettare la nuova produzione dai rametti legnosi dell'anno precedente, infatti le radici vecchie non hanno forza e la pianta con rametti legnosi ricresce molto lentamente, invece i giovani rametti verdi sono molto rapidi nel produrre nuove piante. Per piante coltivate in casa propria, se non si hanno rametti verdi da poter utilizzare per le talee ma la parte centrale della pianta è sopravvissuta al freddo, è preferibile fare comunque talee utilizzando i rametti lignificati, oppure aggiungere terra sulla vecchia pianta fino a interrare un terzo per favorire l'emissione di nuove radici.



IL NUTRIMENTO  
BIO - ORGANIC

NOVITÀ  
CAROTA  
VIOLA

### SORSI DI FRUTTA E VERDURA, I COLORI DEL BIO

Dal laboratorio di produzione biologica **Il Nutrimento SORSI DI FRUTTA E VERDURA**, una linea di smoothies dall'eccezionale qualità: prodotti con il 100% di frutta e verdura, solo zuccheri della frutta, senza aromi e conservanti, garantiti senza glutine, a lunga conservazione.

*Gusta tutti i colori della natura con le nostre innovative ricette:*

**ARANCIONE** - Limone Pompelmo Zucca e Carota

**GIALLO** - Ananas Curcuma Zenzero e Limone

**ROSSO** - Pomodoro Pompelmo e Carota Viola




**VERDE** - Kale kiwi Zenzero Spinaci e Chlorella

**VIOLA** - Mirtillo Barbabietola e Carota Viola

Scopri la novità **MAGGIO 2018:**

**SORSI DI FRUTTA E VERDURA CAROTA VIOLA!**



www.ilnutrimento.it - seguici su     
Il Nutrimento è distribuito da Probios SpA 